

# آیا در معرض خشونت در یک رابطه نزدیک هستید؟

خشونت در رابطه نزدیک میتواند شامل موارد مختلفی باشد. بعضی اوقات یک شریک زندگی فرد را در معرض خشونت قرار میدهد. در بعضی موارد این امر از سوی دیگر خویشاوندان اعمال میشود. همچنین این امر میتواند شامل فرزندان باشد که والدین خود را در معرض خشونت قرار میدهند. خشونت اعمال شده میتواند روانی، فیزیکی و یا جنسی باشد. این امر میتواند شامل موارد زیر باشد:

- شما را با نامهای زشت یا ناپسند میخواند و یا به شما میگوید که انسانی بد یا مشکلافرین هستید
- هل میدهد، لت میکند، لگد میزند و یا به دیگر رقم به شما آسیب میرساند
- شما را کنترل نموده و محدود میکند، شما را مجبور به انجام کارهایی میکند که خوش ندارید
- شما را مجبور به تطابق رفتار یا روش زندگیتان میکند
- شما را مجبور به انجام عملی جنسی میکند
- کنترل اقتصاد شما را در دست میگیرد

## شما حق برخورداری از محافظت و حمایه دارید

هرکسی ممکن است به خشونت در روابط نزدیک گرفتار شود. شمایی که در معرض خشونت قرار گرفتهاید باید معلومات، محافظت و حمایه دریافت نمایید و با احترام و همدردی با شما برخورد شود. شما حق برخورداری از این موارد را دارید. اگر فرزندان دارید، آنها هم حق دریافت حمایه دارند.

## شما میتوانید کمکهای زیر را دریافت نمایید:

- حمایت از طریق صحبت کردن
- محافظت و خانه موقت
- حمایت در ارتباط با دیگر ادارات دولتی، مثلاً پولیس

با ما تماس بگیرید تا بتوانیم به شما کمک کنیم. اگر بخواهید میتوانید ناشناس باقی بمانید

در موارد عاجل، همیشه به ۱۱۲ زنگ بزنید.

با ما تماس بگیرید:

Centrum mot våld i Jämtlands län - för alla som bor i Jämtland

- سازمان/اداره:
- پست الکترونیکی (ایمیل): [centrummotvald@ostersund.se](mailto:centrummotvald@ostersund.se)
- نمبر تیلفون: 0200-120 145
- سایت انترنیتی: [www.ostersund.se](http://www.ostersund.se)